

すくすく人気レシピ紹介

H25年8月

今月は牛肉のしぐれ煮をご紹介します。ごはんによく合うお料理です。

簡単に作れるのでご家庭でもぜひ試してみてくださいね。

牛肉のしぐれ煮（2人分）

牛肉	・・・	200g	みりん	・・・	40cc
ごぼう	・・・	1本	醤油	・・・	30cc
生姜	・・・	1かけ	砂糖	・・・	小さじ2
酒	・・・	120cc			

- ① 牛肉は1口サイズに切る。ごぼうはささがき、生姜は千切りにする。
- ② 鍋に調味料を入れ火にかけ、沸々したら生姜を加える。
- ③ 軽く下ゆでした牛肉とごぼうを加えて、中火で落とし蓋をして煮込む。
- ④ 途中混ぜながら汁気が無くなるまで煮詰めて完成。